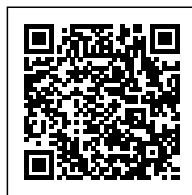




VISTA TOMĀTOS NO HUGO





Šodien vienkāršas un veselīgas pusdienas Itālijas noskaņās – vista tomātu mērcē un ar mocarellas sieru.

Jums būs nepieciešams: (2 porcijām)

200 ml tomātu mīkstuma (izmantoju konservētus, saberztus)

1 vistas krūtiņa

1 ķiploka daiviņa



Sāls, malti melnie pipari, medus, oregano
Olīveļļa, apm. 2 ēd.k.
1 mocarellas bumba
Parmezāna siers

Process:

Pannā sajauciet olīveļļu ar tomātu mīkstumumu. Pievienojiet smalki sagrieztus ķiplokus, nedaudz sāls, medu un oregano. Strauji izkarsējiet.

Vistas krūtiņu plakaniski pārdaliet 2 vienādās daļās, viegli izklapējiet. Bagātiniet ar sāli un pipariem un lieciet pannā ar tomātu mērci. Cepiet mērcē no abām pusēm.

Mocarellu sagrieziet 4 šķēlītēs un pa 2 lieciet uz katras krūtiņas daļas. Pārklājiet pannu ar vāku un karsējiet kamēr siers pakūsis.

GATAVS!!

Pasniedz ar svaigu maizi, vārītiem makaroniem vai vārītiem kartupeļiem. Pārkaisa ar rīvētu Parmezāna sieru un sasmalcinātu svaigu baziliku.

Lai labi garšo, draugi!

Jūsu Hugo